

**HUBUNGAN ANTARA DUKUNGAN SOSIAL TEMAN SEBAYA  
DENGAN  
PENGUNGKAPAN DIRI PADA SISWA KELAS VII SMP NEGERI 01  
KAJEN KABUPATEN PEKALONGAN**

Nur Indah Margareni Putri, \*Prasetyo Budi Widodo

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Email:Margareniputri@gmail.com, pb@hotmail.com

Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri pada siswa kelas VII SMP N 01 Kajen kabupaten pekalongan. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP N 01 Kajen kabupaten pekalongan. Sampel penelitian berjumlah 142 siswa dengan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *cluster random sampling*. Pengambilan data menggunakan skala pengungkapan diri (34 aitem valid dengan  $\alpha=0,873$ ) dan skala dukungan sosial ( 29 aitem valid dengan  $\alpha=0,904$ ) yang telah diujicobakan pada 86 siswa kelas VII di SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan.

Data yang diperoleh berdasarkan hasil analisis regresi sederhana menunjukkan nilai koefisien korelasi antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri sebesar 0,390 dengan  $p=0,000$  ( $p<0,005$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri pada siswa kelas VII SMP N 01 kajen kabupaten pekalongan dapat diterima.

Nilai koefisien korelasi positif menunjukkan bahwa arah kedua variabel adalah positif, artinya semakin tinggi dukungan sosial maka semakin tinggi pengungkapan diri. Hal tersebut berlaku pula sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial maka semakin rendah pengungkapan diri. Dukungan sosial memberikan sumbangan efektif sebesar 15,2 % pada pengungkapan diri dan sebesar 84,8 % dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diungkap dalam penelitian.

**Kata Kunci** : dukungan sosial teman sebaya, pengungkapan diri, siswa

**THE RELATIONSHIP BETWEEN PEER SOCIAL SUPPORT WITH  
SELF DISCLOSURE IN THE STUDENTS OF CLASS VII SMP N 01  
KAJEN KABUPATEN PEKALONGAN**

Nur Indah Margareni Putri, \*Prasetyo Budi Widodo

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

Email :Margareniputri@gmail.com, pb@hotmail.com

**Abstract**

This study aims to know the relationship between peers social support with the self disclosure in the students of class VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan. This research hypothesized that there is a positive relationship between peers social support with the self disclosure.

The population of this study was 240 students of class VII SMP Negeri 01 Kajen Kabupaten Pekalongan. 142 students obtained through cluster random sampling were involved in this study. The data were collected by the Self Disclosure Scale (34 items valid,  $\alpha=0,873$ ) and Peers Social Support Scale (29 items valid,  $\alpha=0,904$ ), which has been tested on 86 students.

Simple regression analysis showed that there was a positive significant correlation between peers social support and self disclosure ( $r= 0.390$  and  $p<0.05$ ). This means the higher the social support acquired from peers, the higher students's self disclosure. Effective contribution of peers social support on self disclosure at 15,2%. These results indicate that there are other 84.8% factors, which also played a part in affecting the self disclosure which are not involved in this research.

**Keywords:** Peers social support, Self disclosure, student

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Sekolah Menengah Pertama merupakan jenjang lanjutan dari Sekolah Dasar, ketika siswa mengalami transisi dari sekolah dasar menuju sekolah menengah pertama, siswa menghadapi fenomena yang teratas ke bawah (*top-dog phenomenon*), yaitu keadaan dimana siswa bergerak dari posisi yang paling atas (di sekolah dasar menjadi yang tertua, terbesar, dan yang paling berkuasa) menuju posisi yang paling rendah (di sekolah lanjutan tingkat pertama menjadi yang paling muda, dan paling tidak berkuasa di sekolah). Sehingga tahun pertama disekolah lanjutan tingkat pertama dapat dikatakan menjadi tahun yang sangat sulit bagi kebanyakan siswa (Santrock, 2003, h.259). Sesuai dengan perkembangannya, pada masa ini remaja dituntut lebih belajar menyesuaikan diri dengan lingkungan sosial yang lebih luas dan majemuk. Siswa yang baru saja menyelesaikan pendidikannya di tingkat sekolah dasar dan mulai memasuki jenjang pendidikan yang lebih tinggi akan mengalami berbagai masalah yang dihadapi. Misalnya dalam lingkungan sekolah banyak dijumpai adanya komunikasi yang kurang efektif antara siswa dengan guru, dan siswa dengan teman-temannya. Hal ini dapat dilihat dari gejala-gejala seperti tidak dapat mengeluarkan pendapat, tidak mampu mengemukakan ide atau gagasan yang ada pada dirinya, merasa was-was atau takut jika hendak mengemukakan sesuatu (Gainau, 2009, h.2). Oleh karena itu dibutuhkan suatu ketrampilan sosial untuk mengatasinya.

Morton berpendapat salah satu bentuk keterampilan sosial adalah pengungkapan diri (dalam David, 1999, h.254). Pengungkapan diri merupakan salah satu cara bagi siswa dalam mengatasi masalah yang dapat menimbulkan tekanan. Devito (2011, h.67) mengungkapkan salah satu manfaat dari pengungkapan diri adalah kemampuan mengatasi masalah.

Peran teman sebaya dalam pengungkapan diri salah satunya dapat berupa pemberian dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan suatu kesenangan,

perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan individu dari individu lain atau dari kelompoknya (Sarafino, 2008, h.88). Menurut Saronso, dkk (dalam Suhita, 2005) dukungan sosial memiliki peranan yang penting untuk mencegah dari ancaman kesehatan mental. Remaja yang memiliki dukungan sosial lebih kecil, lebih memungkinkan mengalami konsekuensi psikis yang negatif. Keuntungan remaja yang memperoleh dukungan sosial yang tinggi akan menjadi individu yang lebih optimis dalam menghadapi kehidupan saat ini maupun masa yang akan datang.

### **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri pada siswa kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan”?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri pada siswa SMP kelas VII SMP N 01 Kajen kabupaten Pekalongan.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **A. Definisi Pengungkapan Diri**

Pengungkapan diri adalah kemampuan menyampaikan informasi tentang diri sendiri secara verbal kepada orang lain meliputi pikiran, perasaan, pengalaman, pendapat, dan tanggapan.

### **B. Aspek Pengungkapan Diri**

Berikut ini aspek pengungkapan diri yang dikemukakan oleh Brehm (2002, h. 138):

1. Keluasan (*Breadth*)
2. Kedalaman (*Depth*)

### **C. Definisi Dukungan sosial teman sebaya**

Dukungan sosial teman sebaya dalam penelitian ini dapat diartikan sebagai suatu bentuk dukungan yang berupa kesenangan, perhatian, penghargaan atau bantuan yang dirasakan individu yang diperoleh melalui interaksinya dengan

individu yang memiliki rentang usia yang sama sehingga individu tersebut merasa diperhatikan, dicintai dan dihargai.

#### **D. Tipe-tipe Dukungan sosial teman sebaya**

Sarafino (2008, h.88-89) menyatakan bahwa terdapat empat tipe dukungan sosial, yaitu :

1. *Emotional support*
2. Instrumental (*Instrumental support*)
3. Informatif (*Information support*)
4. Persahabatan (*Companionship*)

#### **E. Hipotesis**

Ada hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri pada siswa SMP kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan.

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Identifikasi Variabel**

1. Variabel Kriteria : Pengungkapan Diri
2. Variabel Prediktor : Dukungan Sosial Teman Sebaya

#### **B. Definisi Operasional**

1. Pengertian Pengungkapan Diri

Pengungkapan diri merupakan kemampuan individu menyampaikan informasi secara verbal yang bersifat pribadi secara luas dan mendalam kepada orang lain meliputi pikiran, perasaan, pengalaman, pendapat, dan tanggapan

2. Pengertian Dukungan Sosial Teman Sebaya

Dukungan sosial teman sebaya adalah kesenangan yang dirasakan oleh individu mengenai dukungan emosional atau penghargaan, dukungan instrumental, dukungan informatif serta dukungan persahabatan sehingga individu merasa diperhatikan, dicintai dan dihargai.

#### **C. Subjek Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan yang berjumlah 240 siswa. Besarnya jumlah sampel yang diambil didasarkan pada klasifikasi tabel Issac Michael dengan taraf

kesalahan 5%, yaitu sebanyak 142 siswa. Sampel diambil dengan menggunakan teknik cluster random sampling, yaitu melakukan randomisasi terhadap kelompok, bukan terhadap subjek secara individual (Winarsunu, 2009, h.15).

#### **D. Analisis Data Penelitian**

Penelitian ini menggunakan analisis statistik dengan menggunakan program komputer SPSS versi 16.00. Penelitian ini bertujuan untuk mencari hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Pengungkapan Diri pada Siswa Kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan. Analisis statistik yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah analisis korelasional regresi sederhana. Analisis ini akan menguji taraf signifikansi serta mencari sumbangan efektif prediktor dan mencari persamaan garis regresi untuk meramalkan besarnya nilai Y (Pengungkapan Diri) dan nilai X (Dukungan Sosial Teman Sebaya).

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

##### **1. Uji Normalitas**

Berdasarkan uji normalitas terhadap variabel pengungkapan diri diperoleh signifikansi nilai *Kolmogorov Smirnov* 0,821 dengan nilai ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data pengungkapan diri memiliki distribusi normal. Uji normalitas pada variabel dukungan sosial teman sebaya didapatkan signifikansi nilai *Kolmogorov Smirnov* sebesar 1,178 dengan nilai  $P=0,124$  ( $P>0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data dukungan sosial teman sebaya memiliki distribusi normal.

##### **2. Uji Linearitas**

Uji linieritas dari hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri menghasilkan  $F_{lin}=25,099$  dengan signifikansi 0,000 ( $p<0,05$ ). Hasil ini menunjukkan bahwa hubungan antara kedua variabel tersebut adalah linear.

##### **3. Uji Hipotesis**

Hasil analisis regresi sederhana diperoleh koefisien korelasi ( $r_{xy}$ )= 0,390 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,005$ ). Hasil tersebut membuktikan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri pada siswa kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan **dapat diterima**.

## **B. Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dukungan sosial teman sebaya merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengungkapan diri. Nilai  $R^2$  sebesar 0,152 dapat menggambarkan sumbangan efektif yang diberikan variabel dukungan sosial teman sebaya pada pengungkapan diri siswa kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan yaitu sebesar 15,2%. Artinya variabel dukungan sosial teman sebaya mempengaruhi tingginya pengungkapan diri siswa kelas VII sebesar 15,2 % sedangkan sisanya dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dibuat kesimpulan terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan sosial teman sebaya dengan pengungkapan diri siswa kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan. Semakin tinggi dukungan sosial teman sebaya maka semakin tinggi pengungkapan diri pada siswa kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan, demikian sebaliknya, semakin rendah dukungan sosial teman sebaya maka semakin rendah pengungkapan diri siswa kelas VII SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan. Pernyataan tersebut menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti **diterima**.

### **Saran**

#### 1. Bagi subjek penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan bagi siswa SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan agar mereka tepat menjaga hubungan baik dengan teman sebaya dalam perkembangannya dan dapat membantu siswa untuk meningkatkan kemampuan dalam membuka diri secara tepat dengan

pemilihan waktu dan situasi yang tepat. Cara yang dapat dilakukan yaitu, mengisi waktu istirahat dengan aktivitas bersama dengan teman-teman seperti berdiskusi, mengikuti kegiatan *ekstrakurikuler*, karena dengan kegiatan *ekstrakurikuler* maka siswa akan sering berkumpul dengan teman-temannya sehingga dapat menceritakan keluh kesah yang sedang dialami.

2. Bagi pihak sekolah

Pihak SMP N 01 Kajen Kabupaten Pekalongan disarankan untuk dapat memberikan kesempatan bagi para siswa agar memiliki waktu yang cukup dengan teman sebayanya melalui suatu kegiatan agar saling mencurahkan perasaan dan memberikan umpan bali, misalnya dengan mengikuti kegiatan sekolah diluar jam pelajaran.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya yang tertarik dengan topik yang sama disarankan untuk mengembangkan pengetahuan tentang pengungkapan diri dalam ruang lingkup yang lebih luas, misalnya faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengungkapan diri.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Adler, R.B & Rodman, G. 2000. *Understanding Human Communication*. New York: Harcourt College Publishers.
- Ali, M & Asrori, M. 2008. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Azwar, S. 2005. *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2008. *Dasar-Dasar Psikometri*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2010. *Penyusunan Skala Psikologi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Brehm, S.S, Miller, R.S, Perlman, and Campbell, S.M.2002. *Intimate Relationship*. New York: McGraw Hill Inc.
- Cangara, H. 2003. *Pengantar Ilmu Komunikasi*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Dayakisni,T.2006. *Psikologi Sosial.Edisi Revisi*.Malang:UMM Press
- David. O, Sears, 1999.*Psikologi sosial jilid 1*. Jakarta : Erlangga
- Desmita, 2005. *Psikologi Perkembangan*. Bandung: Rosda
- DeVito, J.A. 2011. *Komunikasi Antar Manusia*. Alih Bahasa: Agus Maulana. Tangerang Selatan: Kharisma Publishing Group.
- DeVito, J.A.2006. *Human Communication*. The Basic Course. Eight edision. New York:Pearson
- Gainau, M.B. 2009. Keterbukaan Diri (*Self Disclosure*) Siswa Dalam Perspektif Budaya dan Implikasinya Bagi Konseling. *Jurnal Imiah Widya Warta*.33,1,1-17.

- Hergie, O & Dickson, D. 2004. *Skilled Interpersonal Communication: Research. Theory and Practice* Fourth Edition. New York. Roulledge.
- Hurlock, E.B.2003. *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Jakarta: Erlangga.
- Monks, F.J.,Knoers, A.M.P., Hadinoto, Siti. R. 2002. *Psikologi Perkembangan Pengantar Dalam Berbagai Bagian*. Yogyakarta: Gajah Mada University Press.
- Nasution, S. 2009. *Metode Research Penelitian Ilmiah*. Jakarta: Bumi Aksara
- Papalia, D.E., Olds, S.W., & Feldman, R.D. 2008. *Human Development (Psikologi Perkembangan)*. Alih Bahasa: AK. Anwar. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Papu, J.2002. Pengungkapan Diri. <http://www.epsikologi.com/sosial/120702.htm>. Diakses pada tanggal: 20 September 2012.
- Prayitno & Amti, E. 2004. *Dasar-Dasar Bimbingan dan Konseling*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Puspitasari, Y.P, Zainal,A, Dian, R.S. 2010. *Hubungan antara dukungan sosial teman sebaya dengan kecemasan menghadapi UN*. Jurnal. Fakultas Psikologi Undip
- Ristianti,A. 2009. *Hubungan Antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Identitas Diri Pada Remaja di SMA Pusaka 1 jakarta*. Jurnal. Universitas Gunadarma.
- Santrock, J.W. 2003. *Adolescence Perkembangan Remaja*. Alih Bahasa: Shinto B, Adelar & Sherly Saragih. Jakarta: Erlangga
- Sarafino, E.P.2008. *Health Psychology. Biopsychological Interactions*.New York: John Wiley & Sonc, Inc
- Sarafino, E.P.2008. *Health Psychology. Biopsychological Interactions*.New York: John Wiley & Sonc, Inc
- Sari, I.K. 2005. Hubungan antara keterbukaan diri dengan koping stres pada remaja madya laki-laki sekolah menengah kejuruan. *Intisari Skripsi (tidak diterbitkan)*. Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro.
- Sears, D.O. Freedman,J.L.,Peaplaul,L.A.1999. *Psikologi Sosial Jilid 1*. Jakarta:Erlangga
- Smet, B. 1994. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : Gramedia
- Sugiyono. 2009. *Metode Penelitian Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suhita, 2005. Dukungan sosial. <http://www.masbow.com/2009/08/apa-itu-dukkungan-sosial.html>. diakses pada tanggal 20 Oktober 2012.
- Tarakanita,I. 2001. *Hubungan status identitas etnik dengan konsep diri mahasiswa*. Jurnal Psikologi 07,01, 01-04.
- Taylor, S.E.,Peplau, L.A.,Sears, D.O. 2002.*Social Psychology*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc
- Taylor, S.E.,Peplau, L.A.,Sears, D.O. 2009.*Social Psychology*. New Jersey: Prentice-Hall, Inc
- Winarsunu, T. 2009. *Statistik Dalam Penelitian Psikologi Pendidikan*. Malang: UMM Press

- Winkel, W.S. 1999. *Bimbingan dan Konseling di Instansi Pendidikan*. Jakarta: PT Gramedia Widiasana Indonesia.
- Yusuf, S. 2001. *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya